

Program Promocji Zdrowia
„W zdrowym ciele zdrowy duch”
w Przedszkolu Nr 35
na lata 2018-2021

Koordynatorzy
Roksana Obłaczek
Henryka Kurnicka

Moduł I

A DOKOŁA NAS - CZYSTE POWIETRZE!

Zadania/ treści	Procedury osiągnięcia celów/ Metody	Efekty
I.1. Poznajemy powietrze.	<p>Cykle zajęć edukacyjnych</p> <p>Doświadczenia i obserwacja.</p>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wie, że oddycha powietrzem; - ma świadomość, że powietrze jest niezbędne do życia ludzi i zwierząt; - poszerza swoją wiedzę o powietrzu poprzez doświadczenia i zabawy; - wie, że powietrze jest gazem i można je zobaczyć np. w postaci bąbelków w wodzie;
I.2. „STOP – SMOG”- Działania antysmogowe.	<p>„Kto powietrza nie szanuje ten sam siebie truje” - cykle zajęć</p> <p>„Kochasz dzieci – nie pal śmieci” –zajęcia otwarte dla rodziców, zebrania informacyjne.</p> <p>Wycieczki, Monitorowanie czystości powietrza, Organizacja „Dnia czystego powietrza” 14.11; Udział w akcji- Fundacja ekologiczna ARKA http://ekologicznamapaaktywnosci.pl</p>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozumie konieczność dbania o jego stan; - wie, że w powietrzu znajdują się zanieczyszczenia, które wdychamy, - wie, że brudne powietrze może powodować różne choroby, - wie, że trakcie smogu dziecko nie powinno przebywać na dworze, - wie, że nie wolno palić w piecach odpadów, takich jak odzież, butelki, kawałki pomalowanego drewna itp. - wie, że należy oszczędzać energię, wodę <p>Nauczyciel:</p> <ul style="list-style-type: none"> - w obecności dzieci, sprawdza jakość powietrza na stronie internetowej, umieszcza odpowiedni znaczka na tablicy informacyjnej. <p>Rodzic:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wie, gdzie szukać informacji o jakości powietrza, - wie, że trakcie smogu dziecko nie powinno przebywać na dworze, - wie, że paląc w piecu śmieci przyczynia się do smogu, - wie, że „brudne” powietrze może powodować różne choroby takie jak: (rak, astma, nowotwory, nadciśnienie tętnicze)
I.3. „Czyste powietrze wokół nas”	<p>Udział w programie „Czyste powietrze wokół nas”- program przedszkolnej edukacji antynikotynowej.</p>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wie, że palenie papierosów szkodzi zdrowiu - wie, że powinno unikać miejsc, w których mogą być narażone na dym. <p>Rodzic:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wie, że nie powinien palić przy dziecku, bo to szkodzi jego zdrowiu, zaburza rozwój

		psychoruchowy dziecka, zmniejsza gotowość szkolną, osłabia odporność - często występują u dzieci przewlekłe zapalenia ucha środkowego, oskrzeli, uczulenia, itp.
I.4. „Zamień piec na kaloryfer”	Udział w akcji Ekologicznej - Zabrzeńskiego Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej	Dziecko: - zna sposobu ogrzewania naszych mieszkań, - wie, że nie wolno palić w piecach odpadów.
I.5. Ruch to zdrowie	Gry i zabawy ruchowe, terenowe. Codzienne przebywanie w ogrodzie przedszkolnym, na spacerach i jeździe na hulajnogach, rowerach. Zawody sportowe, międzyprzedszkolna spartakiada sportowa Program rowerowy dla Zabrze	Dziecko: - wymienia wady i zalety wynikające z korzystania z roweru, hulajnogi i samochodu. - wybiera bezpieczny dla środowiska sposób przemieszczania się, szczególnie w celach rekreacyjnych. - dostrzega wpływ ruchu motoryzacyjnego na stan środowiska. - przejawia postawę proekologiczną, - uczy się jeździć na hulajnodze, - poznaje stare zabawy podwórkowe min. skacze na skakance, gra „w gumę”. Rodzic: - rozumie znaczenie ruchu dla ogólnego rozwoju i zdrowia dziecka.

Moduł II

SEGREGACJA ŚMIECI

Zadania/ treści	Procedury osiągnięcia celów/ Metody	Efekty
II.1. „Śmieci mniej – Ziemi lżej”.	Cykle zajęć (weź swoją siatkę do sklepu) Wycieczki, Udział w akcji „Sprzątanie świata”, Udział w obchodach „Tygodnia Ziemi” (IV), Święto drzewa: 10.10; Światowy dzień wody: 22.03; Zebrania z rodzicami, zajęcia otwarte.	Dziecko: - rozumie znaczenie słowa „ekologia” - wie, skąd i dlaczego jest tyle odpadów (w domach, w naszym mieście i na całym świecie), - rozumie konieczność gromadzenia, segregowania i przetwarzania odpadów, - potrafi wymienić kilka składników mających szkodliwy wpływ na zanieczyszczenie powietrza, wody i gleby, - wie, że może ograniczyć ilość odpadów gdy np.: weźmie swoją siatkę na zakupy do sklepu, nie będzie używać naczyń jednorazowych, rurek do picia napojów, będzie pić wodę z kranu. Rodzic:

		<ul style="list-style-type: none"> - rozumie konieczność gromadzenia, segregowania i przetwarzania odpadów, - wie, że może ograniczyć ilość odpadów gdy np.: weźmie swoją siatkę na zakupy do sklepu, nie będzie używać naczyń jednorazowych, rurek do picia napojów, będzie pić wodę z kranu.
II.2. Zakład Segregacji i Utylizacji Odpadów	Wycieczka	<p style="text-align: center;">Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> - poznaje wygląd, przeznaczenie wysypiska śmieci, - poszerza swoje słownictwo o pojęcia, takie jak: wysypiska, recykling, skrót PET, segregacja, składowanie, kompost, utylizacja i inne; - wie, że niektóre śmieci bardzo wolno się rozkładają i długo zanieczyszczają środowisko;
II.3. „O czystość dbajmy - po psach sprzątajmy”	Cykle zajęć. Spotkanie z weterynarzem.	<p style="text-align: center;">Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zna potrzeby zwierząt i sposoby opieki nad nimi, - uczestniczy w opiece nad swoim psem; - wie, że należy sprzątać psie odchody, - wie, że pies kocha swojego właściciela i nie porzuca go. <p style="text-align: center;">Rodzic :</p> <ul style="list-style-type: none"> - wie, że należy sprzątać psie odchody bo kontakt z nimi grozi ryzykiem infekcji pasożytami przewodu pokarmowego, są zagrożeniem dla środowiska naturalnego,
II.4. Zbiórka baterii, korków	<p style="text-align: center;">Aktywizacja rodziców</p> <p>Pogadanka, zebrania z rodzicami.</p>	<p style="text-align: center;">Rodzic i dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bierze udział w akcjach charytatywnych, recyklingu
II.5. Eko tydzień- zrób zabawkę sam.	Cykle zajęć Tydzień bez zabawek przedszkolnych	<p style="text-align: center;">Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zbiera w przedszkolu Eko śmieci, - wykorzystuje surowce wtórne i tworzy zabawkę, którą bawi się podczas zabaw dowolnych w Sali, - uczy się oszczędności materiałów podczas pracy.

Moduł III

BEZPIECZEŃSTWO

Zadania/ treści	Procedury osiągnięcia celów/ Metody	Efekty
<p>III.1. Kontakty z nieznanymi – współpraca z Komendą Główną Policji w Zabrzu lub realizacja programu „Cukierki”</p>	<p>Spotkanie z policjantem Cykle zajęć (zabawy dydaktyczne, muzyczne, plastyczne, ruchowe, drama, teatryki). Pogadanki</p>	<p style="text-align: center;">Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zna swoje imię, nazwisko, adres zamieszkania, - zachowuje ostrożność wobec nieznanymi, nie udziela im ważnych informacji, - wie, że osoba zagrażająca może być na pozór miła, przyjaźnie wyglądająca, - wie, że należy powiedzieć „nie”, a nawet złamać zasady dobrego wychowania w sytuacjach budzących jego niepokój, - zwraca uwagę na charakterystyczne elementy wyglądu ludzi, - wie, że nie może wpuszczać do mieszkania nieznanymi. - wie, że nie może wchodzić do samochodu, gdy przejazd proponuje nieznanymi, - wie, że nie należy brać cukierków, słodyczy od nieznanomego.
<p>III.2. Pierwsza pomoc.</p>	<p>Oglądanie filmów edukacyjnych dotyczących sytuacji zagrażających życiu Cykle zajęć Spotkanie ze specjalistami policjant, strażak</p>	<p style="text-align: center;">Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zna numery alarmowe do straży pożarnej, policji i pogotowia, - będzie wiedziało, że gdy w jego obecności coś niebezpiecznego się stanie powinno natychmiast powiadomić o tym dorosłych i spokojnie, rzeczowo opowiedzieć co się stało, - wie jak ma wykręcić na telefonie numer telefonu 112.
<p>III.3. „Chroń się przed kleszczami wszystkimi sposobami”</p>	<p>Filmy edukacyjne Cykle zajęć obejmujące Spacery i wycieczki. Pogadanki. Ulotka informacyjna – wręczana podczas spotkań z rodzicami.</p>	<p style="text-align: center;">Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zdobywa wiedzę na temat miejsc występowania kleszczy i zagrożeń związanych z ugryzieniem przez te pajęczaki, - poznaje sposoby przenoszenia się kleszczy na zwierzęta i ludzi, - wie, że można się chronić przed ugryzieniem kleszczy środkami chemicznymi oraz szczepieniami - uświadamia sobie potrzebę stosowania profilaktyki. <p style="text-align: center;">Rodzic :</p> <ul style="list-style-type: none"> - zna zagrożenie ze strony kleszczy, - wie, że można się chronić przed

		ugryzieniem kleszczy środkami chemicznymi oraz szczepieniami.
--	--	---

Moduł IV

ZDROWIE PSYCHICZNE I FIZYCZNE

Zadania/ treści	Procedury osiągnięcia celów/ Metody	Efekty
IV.1. Zapobieganie uzależnieniom z nadmiernego korzystania telewizji, komórek, tabletów, komputerów.	Realizacja programu „Magiczne kryształ”. Warsztaty dla rodziców	Dziecko: - rozumie ograniczenia czasu oglądania telewizji, grania na komputerze Rodzic: - rodzic kontroluje czas spędzony przez dziecko przed TV i komputerem, - zna wpływ „niebezpiecznych” stron na psychikę i zachowanie - objawy uzależnienia od Internetu; - organizuje czas dziecka na zabawie w domu i na powietrzu, uczestniczy w zabawach wspólnie z dzieckiem, - dostarczenie wskazówek jak radzić sobie z negatywnym wpływem informacji odbieranych z mediów. - ukazanie pozytywnego i negatywnego wpływu mediów na życie człowieka.
IV.2. Przyjaciele Zippiego	Program zdrowia psychicznego "Przyjaciele Zippiego" ma na celu promocję zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia małych dzieci.	Dziecko: - uczy się jak radzić sobie z codziennymi emocjami, - nazywa uczucia, umie o nich rozmawiać - stara się jak najlepiej dobierać sposoby radzenia sobie, szczególnie z negatywnymi doznaniem. - zachęca do współpracy i pomagania innym dzieciom. Rodzic: - daje dzieciom prawo do odczuwania, również negatywnych emocji, - wie, że powinien rozmawiać z dzieckiem o uczuciach, nazywać je - umie sobie radzić w sytuacjach stresowych dla dziecka.
IV.3. Zajęcia z pierwszej pomocy przedmedycznej „Ratujemy i uczymy ratować”	Oglądanie filmów edukacyjnych, dotyczących sytuacji zagrażających życiu. Cykle zajęć.	Dziecko: - zna numery alarmowe do straży pożarnej, policji i pogotowia, - będzie wiedziało, że gdy w jego obecności coś niebezpiecznego się stanie powinno

	Spotkanie ze specjalistami policjant, strażak.	natychmiast powiadomić o tym dorosłych i spokojnie, rzeczowo opowiedzieć co się stało, - wie jak ma wykręcić na telefonie numer telefonu 112. Rodzic: - utrwala wiedzę i prawidłowe zachowania dziecka w sytuacjach zagrożenia.
--	--	--